



## SOUS VIDE TEMPERATUREN

## FISCH

### Fisch - Garen auf Kerntemperatur:

	Knapp durch, glasig		40° C	
	Mi-cuit, gabelzart		40 - 45° C	
	A Point, fest		42 - 50° C	
	Blätterig		46 - 55° C	
Lachs	Filet, mi - cuit	25 mm	45°C	20 min
Forelle	Filet, mi - cuit	20 mm	46° C	25 min
Seezunge	Filet, gabelzart	20 mm	47° C	18 min
Heilbutt	Filet, à point	25 mm	59°C	15 min
Seeteufel	Filet, à point	30 mm	50°C	30 min
Octopus, Pulpo	Ganz, zartgegart	kurz vorblanchieren	85°C	4 h
Jakobsmuscheln	Muskel, à Point	20 - 25 mm	47°C	30 min
Hummer	Ganz, à point	in Butter pochiert	59°C	15 min